

# 蛹动聊城 拟蝶冲天

文 / 李志伟



琼楼思旧雨，圣迹千年围翠幃；古邑沐新风，神光一片映沧溟。

——题记

聊千秋之始，成万水之灵。依水而生，因水而盛，大运河长卷铺就

花像是给这位美妙绝伦的妙龄少女涂上了一层淡粉色的胭脂，这下更彰显出了她的风华绝代。

在这里，有千年的相逢与回望，“虽黄河，岳阳亦当望拜之誉的光岳楼的古老与雄伟；有临清园里三步一景，五步一画的清秀雅致，亦又东昌湖水碧波荡漾，前朝古城里的盛世荣光，有独具匠心饮食习惯的文化遗产，运河所到之处的繁华渐起，武松打虎三碗不过岗的奇人记事；这里，英雄故里，在这里他们在历史洪流中留下的豪情万丈一直将被这座悠久的历史名城所铭记。

非凡十年，“中国巨轮”扬帆起航，奋进山东持续发展，聊城勇担使命破浪前行。作为山东省的西部门户城市，聊城这10年来，走过了极不平凡、非比寻常的历程。回首聊城这10年，聊城市“勇创一流 走在前列，奋力实现鲁西大地的率先崛起，让这座千年古城焕发出生机与活力，经济社会发展实现由“量”到“质”、“有”到“形”的加速转变，加速高质量发展其势已成。

“十年聊城”，催生高质量发展“新动力”。一场前所未有的变革正在聊城全面铺开，各个领域深化改革，强力纵深推进优胜

劣汰，注重高端装备制造、医养健康等新型产业领域中发力，引入新变量、培育新供给、经济产业转向高质量发展阶段，以“新理念”为指引，各行各业以高质量发展新动能加快赶超“人工智能”的脚步，互联网、大数据产业等方面建设六个新聊城。

一组组新农业、新医疗、新教育、新智能、新产业崭新的数据，在以孔繁森同志精神为核心契机的引领下，为端牢中国人自己的饭碗，做出了属于聊城应有的贡献……一系列“脱胎换骨”似的“变化”在聊城人民身边看得见摸得着，一份份民生答卷写满了温暖人心的幸福故事，一切仍在加刷革新，描绘了全面小康聊城的壮丽画卷。

历史的画卷如白驹过隙，在不断砥砺前行中铺展，时代的华章在持续奋斗中绘就。

“十四五”期间是聊城奋力赶超加速崛起的关键时期。而今，时代“出题”，650万善美勤劳的聊城人民正赓续携手“作答”，以更加饱满的状态、更加旺盛的斗志，为山东的高质量发展添上浓墨重彩的一笔，努力为社会发展贡献聊城力量。

让聊城这座素有鲁西“南大门”之称的水上秀丽之都以春天“蛹”的姿态绽放出夏日蝶的绚烂。

## 踔厉奋发 笃行不怠 ——庆祝党的二十大胜利召开诗词



### 忆昔欣逢盛会吟怀

刘磊

眺望山川忆每逢，复听号令备旌旄。天心只顾民和土，国运攸关祀与戎。谁引教书生礼乐，皆知筑梦展神通。方欣老骥犹能饭，更喜千秋伟业隆。

### 《聆听习总书记二十大报告有感》

许日辉

十月京华众望归，巨篇金句闪光辉。神州迈进新时代，启梦征程展翅飞。

红舟破浪已百年，砥砺征程筑梦圆。廿大宏开铺锦路，初心万象启新篇。

廿大开来气象新，雄篇治国为人民。千秋伟业蓝图绘，万里江山锦绣春。

金秋爽朗喜京门，百姓深情颂党恩。使命践行挑重任，谋方廿大启新元。

盛会乾坤量正能，沧桑巨变日东升。洪声激荡新时代，国泰民丰梦复兴。

### 代表通道

王旗

神州气象细沟通，对话银屏屏异同。国策民情眼光炯，涓涓泉润我心中。

### 聆总书记报告

黄亚青

寄语铿锵气势雄，宏幅伟略撼云空。兴邦铸业襟怀远，引领潮流世纪风。

### 鹧鸪天 二十大咏怀

唐继毅

廿大召开思往尘，红船帆正领先军。镰锤开辟新天地，海岳重光筑梦人。情耿耿，意殷殷，十年砥砺誓忠贞。复兴华夏初心志，再创辉煌百代勤。

### 喜京华盛会

李进步

盛会京城聚雅贤，群英广益大国篇。民生最重当头事，科技新征那片天。报告会谈谋伟业，宏图喜绘美江山。和平奋力欣崛起，共赴前程月更圆。

### 乘风再远航

余庆廷

十月和风送吉祥，京都盛会振朝纲。江山万里开颜笑，理论千钧济世长。民族复兴承众望，城乡筑梦举诸强。诗联雨露东风起，鼓劲加油再远航。



## 每天做这3件事 让自己变得越来越好



每个人都希望自己的人生会越来越越好。坚持做这3件事，生活会越来越越好。

首先是靠近积极的人。每个人的身上，都有不同的能量和磁场。跟积极的人在一起，就像给自己的身上带来一束光，可以随时照亮你，让你在前进的道路上，始终保持一种向上的精神。

有一句话说：“物以类聚，人以群分。”想要成为一个有光的人，你就要去靠近有光的人。与积极的人交朋友，你就会说积极的话，做积极的事，乃至拥有一个积极的人生。

我们不必是太阳，但心中要保有一片皎洁。当你觉得自身能量不足时，可以靠近积极的人，从他们身上汲取继续前行的勇气和力量。

第二是做让自己增值的事。每个人一天的时间，都是二十四小时。你如何花费你的时间，决定了你走得有多远、飞得多高。那些让人越来越好的习惯，往往是日复一日微小的积累。

闲暇时，不如让自己不断去提升和增值。唯有懂得自我增值、持续学习、终身成长的人，才能成为更好的自己。

当你让自己的时间变得有意义，你的人生也就有了意义。

也许，把时间用在提升自我上，会让你感到辛苦、感到疲惫。可是，你却在日复一日的努力和精进中，变成了那个越来越好的自己。

只要你愿意，再遥远的愿望，也会变得触手可及。

第三是保持乐观的心态。每个人的生活中，都难免会遇到各种问题和挑战。如果我们保持乐观的心态，积极面对，就会活得更坦然和自在。

有一句话说：“生活就像一面镜子，当你对它哭时，它就对你哭，当你对它笑时，它就对你笑。”许多时候，真正让我们感到痛苦的，并不是遇到了糟糕的人和糟糕的事，而是我们糟糕的心态。

请相信，在这个世上，没有过不去的坎，也没有克服不了的难。很多难题，换个角度、换种思维去看，它会呈现不一样的答案。

如果你的心态消极，就会觉得一切都越来越越坏。但如果你的心态积极了，会发现一切都在变好。重要的不在于我们在何处，而在于我们朝着什么方向走。

我们要让每一天都更充实、更快乐、更有意义。去靠近积极的人，多做上进的事，拥有乐观的心态，人生就会变得更灿烂和美好。

(来源：学习强国)



## 三个建议，遇见美好

秋天是成熟的季节，也是收获的季节。

回望走过的路，想必每个人心中都涌动着无限感触。

珍惜眼前，才能更好地把握未来。去完成内心的梦想

有人说，每个人心中都有一团火，别人可能只看到了烟。

其实别人怎么看并不重要，重要的是自己要清楚，想要过什么样的人生。如果你有梦想的话，就要去捍卫它。不要让别人的判断，定义了你的人生。

梦想不分大小，只要是发自肺腑的热爱，就一样了不起。

别在日复一日中失去追梦的勇气。很多时候，迷茫只因顾虑太多，又做得太少。遵从内心的指引，它会告诉你，心之所向，要去何方。

即使生活再疲惫忙碌，也要做一个永不丢斗志、不失精彩的拼搏者。去和你笑的人在一起

人与人之间的缘分，最是奇妙。能让你笑的人，一定是了解你的人。

那个人知道你喜欢什么、讨厌什么，懂得你的心思，留心你的感受。

能让你笑的人，一定是在乎你的人。一个人之所以会费心来逗你高兴，正是因为在意你、疼惜你。

笑得出来，感情才有未来，日子才有奔头。

能让你笑的人，值得交往。

如果一个人让你心累又委屈，请相信自己的感觉，对方跟你不是同路人。此刻开始，愿你懂得择友而交，结识让你笑的朋友，珍惜知你懂你的人，彼此相处自在。

去修炼有趣的灵魂

世界在不同的人眼中，用不同的心境看待，就会呈现截然不同的景象。凡事都有两面性。好与坏，全在于你如何去看待。多去认同和欣赏生活美好的一面。

人要摆脱悲观消极的心态，远离负能量，靠近正能量。

都说不如意事十之八九，但在乐观的人眼中，总会寻得趣味一二。

多从喜欢的事情中寻找趣味。于安

静的午后读一本好书，追一部好剧；约三五好友闲来小聚，品茶闲聊；收拾装点房间，把每个角落打造成整洁舒适的样子。

好生活，都是用心经营出来的。只要心怀诗意，再平淡无奇的日子，也能过出熠熠生辉的模样。

喜欢一句话：生活中从不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。生活中同样不缺少趣味，而是缺少发现趣味的眼光。

与其抱怨现实，不如学会向内求，改变心态、修炼心境。有趣的灵魂，会与美好和希望不期而遇。

愿未来岁月，所求皆所愿，所盼皆可期，幸运终会与你撞个满怀。

(来源：学习强国)



## 珍惜时间最好的方式

的梯子。

有空时，记得多读书。读书是为自己的心灵注入更多光亮的过程。我们所读过的每一本书，都将引领我们走向更美好的明天。

### 管理情绪

想让生活朝着更好的方向发展，就要以积极的心态处事，遇到困难时，勤思考、多争气。

管理情绪，就是在管理人生。业务上遇到了挑战，就努力提升自己的技能，强化自己的核心竞争力。感情中付出没有回应，就把精力用来好好爱自己，你总会遇到属于自己的幸福。当你多用积极的心态思考，自会发现难题的出路。

常思进取和努力，带上笑容迎接每一个挑战，你其实就已经赢了。

### 付诸行动

解决问题需要实际行动。世界上最遥远的距离，是想到与做到之间的距离。真正的务实莫过于，把精力放到眼下的事物上，把心思用在当下的事情上。

定目标的时候，配套拟定好分阶段实施计划，然后给自己一个明确的期限。也可以设定好奖惩机制，化压力为动力。从现在开始，以实际行动想法，就是对未来最好的成全。

珍惜时间最好的方式，是用时间成就更好的自己。提升自己的学识、管理自己的情绪，让自己成为一个既有清晰目标也有高度执行力的人。

共勉！

(来源：学习强国)

## 什么样的家庭可以培养出优秀的孩子

身为父母，最大的期望，就是培养出优秀的孩子。最好的教育，实际上是来自家庭教育。孩子能够努力学习，品行端正，最根本在于父母言传身教所带来潜移默化的影响。

父母的生活方式、思维方式、教育方式和处世方式，都会对孩子的性格、心理和行为起着关键作用，并且会产生长期、深远的影响。究竟什么样的家庭，才能培养出优秀的孩子呢？

### 父母品行好的家庭

这世间所有的关系，无论始于什么，最终大多都会落在人品上。

有人曾说过：“绝大多数对孩子的教育，都归结到榜样上，归结到父母自身的端正和完善上。”

孩子的成功与否，与父母对孩子的家庭教育是否正息息相关。

好的品行，能对孩子成才大有帮助。人品的树立来自榜样的力量，父母作为孩子的榜样是不能逃避的。

懂得尊重的家庭

尊重孩子的前提，是信任。每个人的人生，都有无数种可能，而人生

的选择权，属于自己。

父母该做的，就是相信孩子能够处理好自己的事情。孩子在成长的过程中，应该是一个提供意见、善提意见的角色，应该是孩子的引路人、启发导师，而不是武断的决策者。

有位作家说：“要让孩子像野花一样自然生长，要尊重儿童的天性和选择。”

健康成长中的孩子，除了有爱，更应该有尊重。这种尊重，不是溺爱般地让他想做什么就做什么，也不是冰冷地说了不能做就是不能做。

让孩子在选择中成长、学会承担后果，而不是替他们规划人生，逼着他们去执行。

家长不仅要尊重孩子，更要尊重他人，孩子在这样的环境长大，不仅学会自尊，也会学会尊重他人。

### 懂得情绪管理的家庭

长期处于家长负面情绪下的孩子，一方面容易变得暴躁，乱发脾气；另一方面会因为缺少父母理解而导致亲子关系疏远。

多半也是一个会管理情绪的人。

当孩子面对问题时，他就会理智思考，而不是被情绪左右。

请相信，如果你给孩子带来的是忧郁和悲观，那么他们也会报之以忧郁和悲观；如果你为孩子献上欢乐与喜悦，他们也会报之以欢乐、喜悦。

### 好好说话的家庭

有人说：“教育好不好，看父母的说话方式，就知道。”

温和的语言，是家庭中不可缺少的。对待孩子，更要言语温和、友好有礼貌。

家庭是放松与休息的场所，不要在社会中的委屈和不满发泄到家人身上，给家人摆脸色。

懂得好好说话的家庭，孩子能在最友善的环境里成长。有规矩的家庭

规，长大后就会成为习惯而不是束缚。

父母的一举一动，会深深地烙印在孩子的内心；家庭的环境，会最终反映在孩子未来漫长的人生路中。

培育优秀的孩子，光从孩子身上下功夫是不够的。

父母改变观念，做孩子的榜样，乐于同孩子一起成长，给孩子提供好的家庭环境，才是培养优秀孩子的好办法。(来源：学习强国)

